

Tai Chi dla czeladzkich seniorów

23 stycznia 2020

kategoria:

Aktualności



Tai Chi dla czeladzkich seniorów

Wydział Edukacji i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Czeladź zaprasza Seniorów na 3 edycję zajęć Tai Chi. Pierwsze zajęcia odbędą się w piątek 7 lutego, o godz.10:00 w Kopalni Kultury w Czeladzi. Kolejne zajęcia odbywać się będą zgodnie z poniższym harmonogramem.

Tai Chi Chuan to stara chińska sztuka poruszania się, nie tylko uspokaja ducha, ale też wzmacnia ciało. Dla współczesnego człowieka, prowadzącego często siedzący tryb życia, jest to interesująca i oryginalna, a zarazem bezpieczna forma rekreacji ruchowej, którą mogą uprawiać osoby w różnym wieku i o różnej sprawności fizycznej.

Zajęcia poprowadzi Adam Wypart – główny instruktor w Akademii Dao, dla którego Tai Chi to życiowa pasja.

Harmonogram zajęć Tai Chi w 2020 roku

Organizator: Wydział Edukacji i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Czeladź

**Kopalnia Kultury w Czeladzi
ul. Trznadla 1**

**Centrum Usług
Społecznościowych
i Aktywności
Lokalnej „Saturn”
w Czeladzi
ul. Dehnelów 45**

Luty

07.02.2020 r., godz. 10:00-11:00 14.02.2020 r., godz. 10:00-11:00
21.02.2020 r., godz. 10:00-11:00 28.02.2020 r., godz. 10:00-11:00

Marzec

06.03.2020 r., godz. 10:00-11:00 13.03.2020 r., godz. 10:00-11:00
20.03.2020 r., godz. 10:00-11:00 27.03.2020 r., godz. 10:00-11:00

Kwiecień

03.04.2020 r., godz. 10:00-11:00 10.04.2020 r., godz. 10:00-11:00
17.04.2020 r., godz. 10:00-11:00 24.04.2020 r., godz. 10:00-11:00

Maj

15.05.2020 r., godz. 10:00-11:00 22.05.2020 r., godz. 10:00-11:00
29.05.2020 r., godz. 10:00-11:00

Czerwiec

05.06.2020 r., godz. 10:00-11:00
12.06.2020 r. 10:00-11:00 19.06.2020 r., godz. 10:00-11:00

Wrzesień

04.09.2020 r., godz. 10:00-11:00 11.09.2020 r., godz. 10:00-11:00
18.09.2020 r., godz. 10:00-11:00 25.09.2020 r., godz. 10:00-11:00

Październik

02.10.2020 r., godz. 10:00-11:00 09.10.2020 r., godz. 10:00-11:00
23.10.2020 r., godz. 10:00-11:00 30.10.2020 r., godz. 10:00-11:00

Listopad

06.11.2020 r., godz. 10:00-11:00 13.11.2020 r., godz. 10:00-11:00
20.11.2020 r., godz. 10:00-11:00 27.11.2020 r., godz. 10:00-11:00

Grudzień

04.12.2020 r., godz. 10:00-11:00 11.12.2020 r., godz. 10:00-11:00

Źródło: Wydział Edukacji i Polityki Społecznej